

Lundi 26 septembre 2022

La Semaine Bleue du 3 au 9 octobre 2022 : Changeons notre regard sur les aînés !

La Ville et le CCAS de Rouen se mobilisent pour favoriser l'inclusion des personnes âgées au sein de la cité et promouvoir un autre regard sur le vieillissement. Différentes activités et animations gratuites seront proposées durant la Semaine Bleue, du 3 au 9 octobre prochains.



Pour Nicolas MAYER-ROSSIGNOL, Maire de Rouen, Président de la Métropole Rouen Normandie, Caroline DUTARTE, Première Adjointe en charge notamment des Solidarités et des Personnes âgées Marie DESBORDES, Conseillère municipale déléguée aux Personnes âgées : « *Il s'agit avant tout de changer notre regard sur l'avancée en âge. Vieillir ne signifie pas forcément perte d'autonomie et isolement. Rouen tient à valoriser ce public et à impulser une dynamique nouvelle en lien avec les enjeux du vieillissement. La promotion de la santé des personnes âgées vise à soutenir l'une de leurs principales préoccupations : le désir de vivre, de bouger, d'agir et de décider de façon autonome aussi longtemps que possible* ».

A l'occasion de la Semaine Bleue, la Ville de Rouen proposera à nos aînés de découvrir et de participer à différentes activités et animations gratuites :

- . « **Vieillir en étant bien dans son corps** » : zumba, sophrologie, brain gym, yoga et marche dans les rues de Rouen ;
- . « **Bien vivre avec son temps** » : ateliers autour de la découverte d'outils numériques, de jeux de sociétés innovants par le biais de totems numériques et initiation aux jeux vidéo ;
- . « **Participer à la vie sociale et culturelle sur son territoire** » : moments de découverte culturelle en lien avec l'histoire de notre ville et moments festifs autour du théâtre et du chant ;
- . « **Rester mobile** » : sensibilisation des aînés à de nouveaux modes de déplacement avec la découverte du vélo taxi.



Plusieurs dates à mettre en avant dès à présent :

. Jeudi 6 octobre : forum autour d'une pièce de théâtre « Bien avec moi, mieux avec toi » organisé par le CLIC des Aînés en partenariat avec le Comité Action sociale Agirc-Arrco. Permettre aux aînés de bien vieillir chez eux, c'est aussi favoriser la prise en compte et l'accompagnement des aidants.

. Deux marches (2/3 km et 7 km) en rose et bleue en partenariat avec la Ligue contre le cancer seront organisées le vendredi 7 octobre à 13H30 au départ au stade Saint-Exupéry.

. Conférences le mercredi 12 octobre à la Résidence Saint-Filleul et le jeudi 13 octobre à la MJC Grieu de Fiona Lauriol, à l'occasion de sa tournée en France « 101 ans, Mémé part en vadrouille » pour lutter contre l'isolement des personnes âgées. (<https://www.facebook.com/101ansmemepartenvadrouille/>)

Retrouvez le programme complet auprès de la Maison des Aînés ou sur le site www.clic-rouen.fr.

Inscriptions obligatoires à la Maison des Aînés directement ou par téléphone au 02 32 08 60 80.



ROUEN.FR

Cabinet du Maire
Contact presse
presse@rouen.fr
02 35 08 86 53